

新华社记者 李晓明摄
农民在为林下散养的柴鸡喂食。近年来,河北省永清县因地制宜,大力发展“林下经济”,因为当地



新华社记者 冯大鹏摄
人王国庆在介绍石猴。树镇现山铺村,方城石猴代表性传承人四月十三日,在河南省方城县独



新华社记者 陈雷摄
者来到户外练习瑜伽,舒展身心,享春光。当地瑜伽运动协会组织瑜伽爱好者四月十三日,在河北邢台天气晴



新华社记者 李博摄
继续吸引众多游客前来观赏。宁夏罗山乡的五千余亩高山牡丹路进入四月以来,河南省洛阳市洛



营养快餐

对身体有益的食物

我们身边其实有很多对身体大有益处的食物,例如:
初榨橄榄油有益肌肉和关节
橄榄油中含有橄榄油刺激醛,这是一种和布洛芬效用相似的化合物。吃饭的时候在蔬菜中滴入2茶匙有机初榨橄榄油。
低脂白奶酪有益头发
蛋白质会使你的头发变得又黑又亮,低脂白奶酪中含有大量蛋白质,半杯就含有14克蛋白质。
南瓜籽有益头发
锌可以防止头发脱落,而南瓜籽中含有大量锌,吃谷类食物时加入一汤匙南瓜籽。

红点鲑鱼有益大脑
这种冷水鱼含有大量欧米茄脂肪酸DHA和EPA,可以提高大脑机能,防止大脑内部的炎症。它还可以调节令心情变好的神经递质,赶走抑郁心情。
甘蓝类蔬菜有益大脑
营养丰富的甘蓝类蔬菜可以给大量的神经元提供营养。研究发现,每天只要在饮食中加入两份多叶蔬菜尤其是甘蓝类蔬菜就会使认知衰退降低40%。

葵花籽有益精子
美国每年有很多人患有花粉热,研究员称,这可能是由于和过敏相关的免疫系统出了问题。维生素E有维护免疫系统的作用,而葵花籽可以提供49%每日所需的维生素E。
蛋黄有益眼睛
蛋黄中含有大量叶黄素、玉米黄质和类胡萝卜素。类胡萝卜素可以防止白内障和视网膜黄斑变性(引起失明的首要原因)。研究还发现,每天一颗蛋黄不会引起胆固醇水平的增加。

橙子椰菜有益眼睛
橙子椰菜中含有可以保护角膜的β-胡萝卜素。你也可以选择当地的粉色花椰菜。
西红柿有益皮肤
水果尤其是煮熟的水果对皮肤更加有益,因为这样就会有更多的类胡萝卜素和番茄红素,它们可以降低紫外线损伤,防止皮肤癌,并且减少皱纹。
大麻籽有益皮肤
大麻中的欧米茄脂肪酸会使皮肤保湿。可以在大麻油加入柠檬汁、松子和脱壳大麻籽制成美味而健康的酱汁。

芦笋有益心脏
研究员发现,维生素B和叶酸可以减少高半胱氨酸,这是一种通过引起发炎从而增加心脏病患病率的氨基酸。8棵蒸熟的芦笋就会提供20%的每日所需叶酸。
紫葡萄汁有益心脏
紫葡萄汁中含有大量酚类物质,这是一种强有力的抗氧化剂,可以对付有害心脏的自由基。
干李子和梅干有益肠
这些高纤维含量的水果对肠系统益处很大,还会使胃收缩。研究发现,摄入更多纤维的女性,其增肥可能性会降低49%。根据自己的喜好在饮食中加入一把梅干、核桃、南瓜籽、干蓝莓和大麻籽。

豆豉有益肠
由大豆制成并经过发酵的豆豉含有许多有益细菌。科学家认为这些微生物可以促进消化,杀死引起溃疡的细菌。就像豆腐一样,可以把豆豉加到汤或酱汁中。

一直以来,转基因问题受到人们的广泛关注。近日,农业部有关负责人就该领域焦点问题进行了权威回应。请关注——

转基因领域的五大焦点问题

林晖 于文静

打破砂锅

农业部13日召开发布会,权威回应转基因领域几大焦点问题。农业部有关负责人表示,中央对转基因工作要求是明确的,也是一贯的,即研究上要大胆,坚持自主创新;推广上要慎重,做到确保安全;管理上要严格,坚持依法监管。

市场上有哪些转基因品种?

“到目前为止,我国批准投入商业化种植的转基因作物只有两种,一是转基因抗虫棉花,二是转基因抗病毒番木瓜。”中国工程院院士、国家农业转基因生物安全委员会主任委员吴孔明介绍,除了棉花及番木瓜外,我国还批准进口用作加工原料的转基因作物,包括大豆、玉米、油菜、棉花、甜菜。除此外,国内市场上流通的小麦、番茄、大蒜、洋葱、紫薯、土豆、彩椒、胡萝卜等粮食和蔬菜,都不是转基因品种。

和颜色上没有区别。”吴孔明说。

我国转基因安全评价是否严格?

“按照国务院颁布的《农业转基因生物安全管理条例》及相应配套制度的规定,我国实行严格的分阶段评价。比如从实验室研究阶段就开始进行,再到田间小规模的中试,再是大规模的环境释放、生产性试验、安全性证书评估,共五个阶段,这在国际上也是独一无二的,和小孩上学一样,一级一级向前走,每一级考试不及格就终止。”吴孔明说。

据了解,国际上对转基因安全的评价基本是两种类型:一种是强调结果评估的美国模式,不管采用什么技术,只针对研究出来的产品进行评估;一种是强调过程评估的欧盟模式,只要使用转基因技术,都对技术过程进行评估。而中国既对产品、又对过程进行评估。吴孔明表示,除了国际通行的标准以外,我国还增加了大鼠三代繁殖试验和水稻重金属含量分析等指标,“从这个角度来说,中国转基因产品安全性评价,不管是技术标准上或是程序上,都是世界上最严格的体系。”

吴孔明认为,全球有众多权威科研机构对转基因产品进行了大量的研究工作,这些研究工作的总体结论证明,已经批准上市的转基因食品是安全的。

转基因“偷种”现象是否蔓延?

由于转基因作物抗虫性较好,近年来我国部分地区出现了农户违规种植未经批准的转基因作物现象。例如,有媒体曝光湖北、黑龙江、辽宁等地发现违规种植转基因水稻、大豆和玉米。这一现象是否在蔓延?

“农业部严肃查处违法种植转基因作物行为,不存在所谓的滥种现象,总体可控,但个别地区确实存在违法零星种植的情况。”农业部科教司司长廖西元表示,湖北省农业厅已经联合公安部门成立专案组,铲除了非法种植的水稻田块,近年来农业部组织的例行监测中,湖北基本没有发现种植转基因水稻;黑龙江省农委全面排查,未发现非法种植转基因大豆;辽宁省农委联合公安、工商等部门公开了3起已经结案的转基因玉米种子违法案件。2015年,新疆、甘肃还销毁了玉米制种田1000多亩,海南铲除违规转基因玉米100

多亩,所涉转基因材料全部销毁。

“农业部将建立督查、约谈、问责、报告制度,将各省监管工作纳入农业部延伸绩效考核,同时加大案件曝光力度,对结案的违法案件要求各省农业部门及时公布查处结果,对重点案件适时通报查处进展,欢迎社会各界监督举报。”廖西元说。

进口大豆都是转基因?

大豆是日常生活中离不开的农产品。从1996年起,我国成为大豆净进口国,进口量从当年的111万吨持续增加到2015年的8169万吨。在国外,转基因大豆的种植面积十分可观。我国进口大豆是否都是转基因品种呢?廖西元还表示,转基因大豆是安全的,经过国外的安全审批。“凡申请我国进口安全证书,必须满足四个前置条件:一是输出国家或者地区已经允许作为相应用途并投放市场;二是输出国家或者地区经过科学试验证明对人类、动植物、微生物和生态环境无害;三是经过我国认定的农业转基因生物技术检测机构检测,确认对人类、动物、微生物和生态环境不存在风险;四是有相应的用途安全管制措施,批准进口安全证书后,进口与否,

进口多少,由市场决定。”

针对今后国产大豆发展重点,廖西元介绍,目前国内没有转基因大豆成熟品种,也没有批准国内的转基因大豆生产应用安全证书,近期国产大豆主要发展非转基因品种。

转基因主粮是否提上日程?

2015年,我国转基因作物只有转基因棉花推广种植5000万亩,番木瓜种植15万亩。未来我国转基因产业将如何发展?廖西元表示,“我国将按照非食用、间接食用和食用的路线图,首先发展非食用的经济作物,其次是饲料作物、加工原料作物,再次是一般食用作物,最后是口粮作物。”据了解,“十三五”期间,我国转基因产业将实行以经济作物和原料作物为主的产业化战略,加强棉花、玉米品种研发力度,推进新型转基因抗虫棉、抗虫玉米等重大产品的产业化进程。此外,还将以口粮作物为主进行技术储备,保持抗虫水稻、抗旱小麦等粮食作物转基因品种的研发力度,保持转基因水稻新品种研发的国际领先地位。(据新华社电)



4月13日,车辆行驶在三浙高速公路上的隧道内。地处豫西山区的河南省三门峡至浙川县高速公路被称为河南“最美高速”,同时也被列入全国首批交通运输部主题项目“绿色低碳高速公路”试点。2015年12月26日全线建成通车以来,供电系统运行良好。与传统供电系统相比,整个系统节能减排效果显著。新华社记者 李安摄

我国数字阅读用户近3亿

数字时尚

据新华社电(记者商意盈 高亢)2016年第二届中国数字阅读大会13日在杭州召开,会上发布的《2015年数字阅读白皮书》显示:2015年,中国数字阅读用户规模达到2.96亿,通过手机阅读的用户占到52.2%,是电脑阅读用户的两倍,手机成为用户数字阅读的首选载体。

《阅读白皮书》的数据显示,目前,中国数字阅读用户中16岁至45岁的用户超过九成,呈现高学历、中等收入、普通职员的基本特征。从地域上看,数字阅读品类渗透率呈现地域差异,东南沿海省份的渗透率要高于西北内陆地区,在中国数字阅读城市指数榜单中,成都、深圳、北京名列前茅。国家新闻出版广电总局数字出版司

长、中国音像与数字出版协会副理事长张毅君说,调研数据显示,中国数字阅读市场发展进入了相对稳定的发展区间,数字阅读营收呈现多元化。数字阅读作为全民阅读的重要组成部分,以其应用便捷和成本低廉的特点,在服务文化民生上的作用不容小觑。用户规模的扩大和业态发展多元化促使数字阅读产业也在蓬勃发展。统计数据显示,2011年,数字出版产业营业收入为1377亿元,占当年新闻出版业营业收入的9.5%;2015年,数字出版总体产业收入达4400亿元,占比达20.5%。

新款量子点电视色彩更纯净

生活风向标

科技日报讯(记者马爱平)近日,TCL在深圳发布春季新品,首发量子点电视QUHD TV新品X1、C2-CUDG和C1-CUD等,形成囊括X系列、C系列两大产品线的量子点电视阵营。据了解,TCL QUHD TV量子点电视实现了量子点显示和HDR等多种技术的融合,使用了TCL独家专利绚丽画质处理引擎、多维度综合画质提升技术以及悦彩量子点显示材料,配备了尖端硬件配置、音响设备、TV+ OS智能系统,使量子点电视画质得以突破,给用户带来了更舒适的收看体验。具体来看,此次,QUHD TV最大的特

色是采用了下一代显示技术的量子点显示材料,带来了纯净的颜色表现力,荧光寿命更长,不用担心产品寿命问题,还实现了110% NTSC的超高色域显示,比OLED电视提高10%以上。同时,QUHD TV通过调节量子点的晶粒尺寸,可以方便、精确地调节其产生的光波波长,色彩控制更精准。此外,其旗舰产品X1,采用北欧现代主义设计理念,边框1毫米一体成型钻切弧线,超薄卷边设计和自然弧度处理,X纵向契合底座、背板360度等设计,带来了美轮美奂的视觉冲击。业内人士指出,QUHD TV的推出,是TCL在量子点技术上承前启后的成果,实现了量子点技术民用化、商用化和市场化落地。

昌平草莓安全可追溯

科学与生活

科技日报讯(记者蒋秀娟 通讯员赵瑛)近期,随着北京农业嘉年华的举办,昌平的草莓迎来了销售旺季。许多市民在嘉年华园区或在昌平其他景点游玩后,往往会到园区东侧的“草莓休闲体验带”亲自采上几盒新鲜的草莓,这里有1万栋草莓温室大棚供市民进行采摘体验。就在不久前,昌平区20家草莓生产基地代表共同宣读《2016昌平草莓安全生产自律公约》,保证给市民提供安全优质无污染的草莓。之所以给出如此笃定的承诺,是因为他们生产的每盒草莓都有各自的“身份证”,扫一扫盒上的二维码,草莓的生长管理过程即可全部呈现。据了解,为了让消费者真正了解昌平草莓绿色种植过程中的每个环节,参与草莓安

全监督,市、区两级农业部门帮助草莓种植户引入北京奥科美公司的“义田农场云”管理平台。它可以实现园区数字化管理和农产品生产过程全程追溯,从农场资源管理、农事计划与记录到生产监控和病虫害防控信息,借助该系统,农户们实现了高效、透明化的绿色种植。与此同时,昌平区积极探索“互联网+农业”的发展模式,让昌平草莓搭上互联网快车,全力打造互联网与农业融合发展的新业态。天润园、万德庄园、阿卡农庄等采摘“牵手”电商平台,承诺塑造品质有保障、安全可追溯的北京草莓形象。天润园草莓园负责人张景翔介绍,种植人员会把每天的农事任务拍照,并通过手机上传至平台系统,草莓果儿们的“绿色履历”也由此产生。消费者通过扫草莓盒上的二维码,草莓的生长管理过程即可全部呈现。

“读屏时代”需要阅读精品

刘硕 高亢

茶余饭后

随着新技术手段日益丰富,图书等传统出版物正从纸质载体向数字化载体大踏步转移,通过手机、PAD、电脑等阅读成为很多人习惯的方式。阅读方式虽然日新月异,但内容建设的基础性、决定性作用并未改变,要在“读屏时代”兼顾经济效益与社会效益,亟待从供给侧实现改革创新,让数字阅读真正强大起来,服务人们的精神文化生活。技术进步速度迅猛,产业发展势头正盛,

但数字阅读仍然没有根本性地摆脱“碎片化”“低龄化”“肤浅化”等标签,在一定程度上制约了产业进一步发展壮大。由于监管不力等因素,侵权、盗版等行为也影响了数字阅读市场的正常秩序。这些问题长期存在,数字阅读难以轻装上阵。在注重挖掘文化消费潜力、推动供给能力和水平改善的大环境下,数字阅读领域是不可或缺的重要组成部分。尤其是在倡导全民阅读、建设书香社会的今天,数字阅读作为

全民阅读的便利载体,在文化服务民生等方面的作用不容小觑。为了实现更好的文化供给,一方面,有关部门需要充分认识到数字阅读对于人们生活的重要影响以及广阔的市场前景,另一方面也要着力推动传统媒体的数字化转型,助力新旧媒体形态融合发展,提供更好的内容和载体。同时,也需要有法律法规及时完善跟进,构建安全、合理的市场环境。全民“读屏时代”,数字阅读的发展程度、质量,与每个人都息息相关。这不仅需要我们主动与盗版、侵权等行为作斗争,主动抵制非法、不良内容,也需要更多人才为数字阅读的推广凝聚共识,为数字阅读创新发展提供强大的源动力。(据新华社电)



由Casey Hermansen开发的名为Dome Alert的家庭灾难预警系统最近在Kick-starter上亮相,Dome Alert系统可以7x24小时监控你的家。



扫一扫 欢迎关注科技改变生活微信公众号